



## Calendarul disciplinei IFR

Programul de studii: : Educație fizică și sport-IFR

Disciplina: VOLEI-BAZELE GENERALE

### A.IFR.2

Anul de studii: II

Grupa:

Semestrul: 3

*Anexa*

### CALENDARUL DISCIPLINEI Anul universitar 2025-2026

Perioada	Săptămâna	SEMINAR FAȚĂ ÎN FAȚĂ (SF)		SEMINAR ÎN SISTEM TUTORIAL, (ST)		LABORATOR (L)		PROIECT (P)		EVALUĂRI	
		Tematica abordată	Nr. ore	Teme de control	Termen de predare, nr. ore	Lucrare de laborator	Nr. ore	Tematica abordată	Nr. ore	Data	Tipul (E/C/V)
Pregătire curentă	1	Învățarea deplasărilor specifice, poziția fundamentală. Noțiuni de regulament	2							11.10.2025	
		Pasa cu două mâini de sus din față de pe lor și din deplasare.	2								
	2	Pasa cu două mâini de sus	4							11.10.2025	





FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

Str. Pandurilor nr. 7, Cluj-Napoca

Tel.: 0264 – 420709

<https://sport.ubbcluj.ro>



		direcția elanului.Combinatii in atac								
10		Blocajul individual si colectiv	4							6.12.2025
11		Blocajul individual si colectiv Structuri de exercitii pentru perfectionarea actiunilor de baza	2 2							20.12.2025
12		Structuri de exercitii pentru perfectionarea actiunilor de baza Sistemul de joc cu jucatorul din zona 6 retras si avansat Joc cu tema	2 2							20.12.2025
13		Structuri de exercitii	4							17.01.2026

FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

Str. Pandurilor nr. 7, Cluj-Napoca

Tel.: 0264 – 420709

<https://sport.ubbcluj.ro>



		pentru perfecționarea acțiunilor de baza Sistemul de joc cu jucatorul din zona 6 retras și avansat Joc cu tema									
	14	Structuri de exercitii pentru perfecționarea acțiunilor de baza Sistemul de joc cu jucatorul din zona 6 retras și avansat Joc cu tema	2  2							17.01.2026	
<b>Sesiune examene</b>	1	Examen scris								Conform planificarii din sesiune	examen
	2	Examen scris								Conform planificarii din sesiune	examen
	3									Conform planificarii	examen
	4									Conform planificarii	examen

E – examen, C – colocviu, V – verificare pe parcurs

**FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT**

Str. Pandurilor nr. 7, Cluj-Napoca

Tel.: 0264 – 420709

<https://sport.ubbcluj.ro>



Coordonator de disciplină,  
Conf.univ.dr. Santa Cristian

Asistent,